

9월 식단표(1,2,3주)

⑨ 사회복지시설 일반식(간식·죽식 포함)식단
(2026-S032)

경주시어린이.사회복지급식관리지원센터 영양사 장윤선 (인) 

1주			9/1(화)	9/2(수)	9/3(목)	9/4(금)	9/5(토)
간식			표고버섯죽	브로콜리죽	두부채소죽	애호박죽	들깨무죽
점심	♥ 항상 정성이 담긴 음식을 제공하도록 노력하겠습니다.♥		버섯영양밥/양념장 달걀싹파국 오징어두루치기 아삭이고추된장무침 물김치	잡곡밥 무채된장국 닭살간장구이 브로콜리숙회/초장 비름나물무침 물김치	잡곡밥 들깨미역국 갈치조림 맛살숙주무침 오이송송이 물김치	잡곡밥 두부된장국 쇠고기청경채볶음 마늘종조림 도토리묵무침 물김치	닭칼국수 잡곡밥(소) 동태전/양념장 가지무침 물김치
간식			바나나	쌀과자/두유	팥빵/메밀차	포도	유산균음료/에이스
저녁			백미밥 아욱된장국 쇠고기채소볶음 두부숙갓무침 가지나물 물김치	백미밥 감자양파국 코다리양념조림 양념깻잎지 상추겉절이 물김치	백미밥 복어국 돈육참스테이크 잔멸치볶음 시금치무침 물김치	백미밥 물만둣국 삼치구이 우영채조림 열무된장무침 물김치	백미밥 유부된장국 돼지고기채소볶음 도라지나물 치커리양파무침 물김치
2주	9/6(일)	9/7(월)	9/8(화)	9/9(수)	9/10(목)	9/11(금)	9/12(토)
간식	닭살채소죽	게살죽	달걀양파죽	바지락살죽	두부참깨죽	쇠고기죽	애호박죽
점심	잡곡밥 근대된장국 쇠고기참살육전 부추콩가루찜 열무나물무침 물김치	잡곡밥 애호박새우전국 가자미양념구이 마늘종조림 가지나물 물김치	참치채소비빔밥/양념장 맑은미역국 닭살간장구이 오이무침 배추김치	잡곡밥 아욱된장국 대구살전/양념장 연근조림 상추무침 물김치	잡곡밥 오징어묵국 닭갈비 토란대나물 아삭이고추된장무침 물김치	잡곡밥 청국장찌개 고등어구이 궁채들깨볶음 가지무침 물김치	김치말이국수 김가루주먹밥 돼지고기강정 오이송송이 물김치
간식	수박	요거트	복숭아	찐감자/두유	카스텔라/등글레차	오렌지	백설기/메밀차
저녁	백미밥 어묵국 해물완자 콩나물볶음 오복지들기름무침 물김치	백미밥 복어해장국 돼지두루치기 고사리나물볶음 치커리유자청무침 물김치	백미밥 된장찌개 코다리양념찜 버섯잡채 부추양파무침 물김치	백미밥 실파달걀국 쇠고기청경채볶음 진미채조림 시금치나물 물김치	백미밥 호박잎된장국 적어구이 어묵당근볶음 열무나물 물김치	백미밥 유부맑은국 돼지불고기 우영채볶음 참나물무침 물김치	백미밥 사골곰탕 해물완자구이 도토리묵무침 무나물 물김치
3주	9/13(일)	9/14(월)	9/15(화)	9/16(수)	9/17(목)	9/18(금)	9/19(토)
간식		황태죽	표고버섯죽	브로콜리죽	두부채소죽	애호박죽	들깨무죽
점심		잡곡밥 황태뽕국 쇠고기참살구이 마늘종간장조림 도라지초무침 물김치	팥밥 쇠고기미역국 돼지수육/잡채 모듬쌈/쌈장 겉절이 물김치	잡곡밥 근대된장국 오리불고기 파리고추양념찜 궁채짬아찌 물김치	잡곡밥 버섯들깨탕 고등어자반구이 우영조림 가지무침 물김치	잡곡밥 우거지된장국 돼지두루치기 고사리나물볶음 취나물무침 물김치	비빔국수 잡곡밥(소) 새우살대파전 부추양파무침 물김치
간식		요거트	포도	쌀과자/두유	찰보리빵/메밀차	사과	유산균음료/마가렛트
저녁		백미밥 시금치된장국 가자미조림 브로콜리숙회/초장 콩나물무침 물김치	백미밥 콩나물국 두부양념구이 어묵조림 비름나물무침 물김치	백미밥 숙갓동태탕 연두부달걀찜 깻잎순나물 김자반 물김치	백미밥 감자된장국 쇠고기숙주볶음 열무나물 치커리양파무침 물김치	백미밥 애호박찌개 삼치구이 느타리피망볶음 오이무침 물김치	백미밥 우렁된장찌개 닭볶음탕 도토리묵/양념장 참나물무침 물김치
식재료	쌀, 찹쌀, 잡곡	물김치	야채류	축산물	수산물	과일	콩나물/숙주/두부
원산지	국내산	국내산	국내산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산

9월 식단표(4,5주)

4주	9/20(일)	9/21(월)	9/22(화)	9/23(수)	9/24(목)	9/25(금)	9/26(토)
간식	닭살채소죽	게살죽	달걀양파죽	바지락살죽	두부참깨죽	추석	애호박죽
점심	잡곡밥 건새우된장국 메밀전병 브로콜리무침 시금치나물 물김치	잡곡밥 콩나물국 오징어두루치기 궁채들깨볶음 오이송송이 물김치	돼지고기가지뎃밥 미소장국 옥수수전 맛살겨자냉채 물김치	잡곡밥 쇠고기미역국 삼치간장조림 양념깻잎지 비름나물무침 물김치	잡곡밥 열무된장국 닭볶음탕 우민찌채소볶음 취나물무침 물김치		바지락칼국수 채소주먹밥 고갈비 연근유자청무침 배추김치
간식	토마토	요거트	키위	찐고구마/두유	롤빵/등글레차		팥시루떡/보리차
저녁	백미밥 무채맑은국 미트볼 잔멸치파리고추볶음 썩갓나물 물김치	백미밥 참치김치찌개 채소달걀말이 연근흑임자소스무침 청경채나물 물김치	백미밥 닭곰탕 임연수구이 도라지볶음 건파래자반 물김치	백미밥 북어해장국 온두부찜/볶음김치 고사리나물 참나물무침 물김치	백미밥 감자양파국 코다리강정 우영채볶음 미역줄기나물 물김치		백미밥 아욱된장국 바싹소불고기 깨순나물볶음 오이무침 물김치
5주	9/27(일)	9/28(월)	9/29(화)	9/30(수)			
간식		황태죽	표고버섯죽	브로콜리죽			
점심		잡곡밥 감자양파국 임연수구이 고사리나물볶음 가지무침 물김치	잡곡밥 강된장찌개 오리로수구이 브로콜리맛살볶음 취나물무침 물김치	잡곡밥 육개장 갈치무조림 도토리묵무침 오이나물 물김치			
간식		요거트	배	쌀과자/두유			
저녁		백미밥 북어된장국 떡갈비조림 간장깻잎찜 오이송송이 물김치	백미밥 삼색수제비국 동태전/양념장 우영채볶음 콩나물무침 물김치	백미밥 근대된장국 돼지갈비구이 상추쌈/쌈장 도라지초무침 물김치			

※ 식단은 식재료 수급사정에 의해 변경될 수 있습니다.

※ 커피는 개인 기호에 따라 제공해드리고 있습니다.

※ 제철 과일 및 유산균음료를 제공합니다.

- 출 처 -

⑨ 사회복지시설 일반식(간식·죽식 포함)식단

(2026-S032)

경주시어린이.사회복지급식관리지원센터 영양사 장윤선



식재료	쌀, 찹쌀, 잡곡	물김치	야채류	축산물	수산물	과일	콩나물/숙주/두부
원산지	국내산	국내산	국내산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산	국내산/수입산